ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№1 (01) СЕНТЯБРЬ 2006

16 блюд из пасты



ISSN 1819-9488









Spigadoro

черные спагетти с креветками, грибами и красной икрой



ЧТО НУЖНО:

400 г черных спагетти
250 г шампиньонов
200 г креветок
2 зубчика чеснока
сок 1 лайма
0,5 пучка зеленого лука
200 мл сливок
2 ст. л. оливкового масла
1 ст. л. сливочного масла
соль, перец по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы вымыть, обсушить и нарезать тонкими пластинами. Чеснок очистить и нарезать пластинами.
Разогреть в сковороде оливковое и сливочное масло. Обжарить грибы с чесноком, 3 мин.

2 Добавить креветки и готовить 1 мин. Добавить сок лайма.

3 Уменьшить огонь, влить сливки, готовить 5 мин., постоянно помешивая.

4 Снять с огня. Положить нарезанный зеленый лук, посолить, поперчить.

5 Отварить спагетти, добавить в сковороду с грибами и креветками, перемешать и прогреть. Выложить на блюдо.

Это блюдо можно подать с соусом из красной икры. Для этого 2 ст. л. красной икры надо перемешать с 50 мл сливок и полить им спагетти.

Для производства итальянской пасты Spigadoro используются только бронзовые формы, которые обеспечивают шероховатую, припыленную поверхность, такую, какой она и должна быть в идеале. Бронзовые формы может позволить себе только тот производитель, для которого качество является определяющим фактором. Время приготовления таких макарон значительно удлиняется, качество улучшается, и это прямая зависимость. Нельзя сделать быстро, дешево и качественно. Итальянцы определяют качество готовой пасты и по тому, как соус ложится на макароны. Если эта продукция сделана при использовании бронзовых форм, соус не стекает с макарон, а впитывается в них.

Компания Spigadoro предлагает более чем 160 видов пасты pasta secca («сухая паста»), 5 сортов самого популярного риса, муку мелкого помола Farina 00 из твердых сортов пшеницы, пшеничные крекеры, широкий ассортимент соусов из натуральных томатов с овощами и специями.



ООО «Премьер»
Тел.: (495) 234-5345, 234-5346, 234-5347, 234-5348, 234-5349. www.spigadoro.com



Дорогие друзья!

Представляем вашему вниманию первый номер специального проекта «Школы гастронома» – журнал «Коллекция рецептов».
Журнал будет выходить 2 раза в месяц. Каждый выпуск мы посвятим определенной теме. На ближайшие номера запланированы материалы о том, что можно приготовить из грибов, как устроить вечеринку в японском стиле, из чего получаются самые вкусные пирожки и какие съедобные подарки сделать на Новый год своим родным и друзьям. А также многое другое, не менее полезное и вкусное.
Ждем ваших откликов и предложений.

Ваша редакция





условные обозначения

- вегетарианское питание
- блюда, которые подходят для детей
- M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
- сложность приготовления блюд
  - ● легкие рецепты
  - ●● рецепты средней сложности
  - ●●● рецепты для опытных кулинаров
- * полезный совет

содержание

тесто для пасты. базовый рецепт

ЧТО НУЖНО:

Для пасты:
- **400 г** муки
- **3** яйца
- **2 ст. л.** воды
- щепотка соли

Для цветной пасты:
- **400 г** муки
- **2** яйца
- щепотка соли
- **0,5** свеклы
- **1** морковка
- **75 г** шпината



То, что мы по привычке называем макаронами или макаронными изделиями, итальянцы, а за ними и весь мир, называют пастой. Итальянская паста насчитывает десятки разновидностей, и макароны – лишь одна их них. Секрет популярности итальянской пасты в том, что это вкусно, быстро и дешево. Особенно если вы, как настоящие итальянцы, готовите тесто дома.

Прежде чем приступать к этой совершенно не сложной работе, убедитесь, что купленная вами мука сделана из твердых сортов пшеницы. Это очень важно!

Тесто для лапши, фарфале и лазаньи надо чуть-чуть подсушивать. А вот тесто для пасты с начинкой (тортеллини и равиоли) стоит использовать сразу, тогда оно лучше склеивается.

Пасту нужно не только правильно вымесить, но и грамотно отварить. Во-первых, вам понадобится большая широкая кастрюля с большим обьемом подсоленной воды. Лучше использовать морскую соль крупного помола. Во-вторых, паста опускается обязательно в кипящую воду и варится без крышки. В-третьих, ее нужно чуть-чуть недоваривать. Итальянцы называют это «аль денте», т. е. «на зубок».

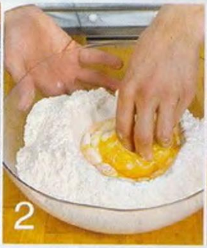
Чтобы паста после отваривания не слипалась, в нее добавляют 1–2 ст. л. оливкового (или другого растительного) масла и перемешивают.

И последний штрих. Подавайте пасту на подогретых тарелках. При этом на столе непременно должен быть свежемолотый черный перец или смесь перцев и тертый пармезан.

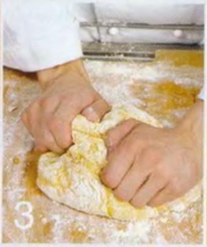
ГОТОВИМ ПАСТУ ПО БАЗОВОМУ РЕЦЕПТУ



Яйца слегка взбить вилкой.



Муку просеять в миску, сделать в центре углубление и влить в него яйца.



Добавить воду и соль. Вымесить гладкое эластичное тесто. Накрыть пленкой и дать постоять 30 мин.



Разделить тесто на 3 части, 2 части завернуть в пленку и отложить. На присыпанной мукой поверхности раскатать оставшееся тесто в очень тонкий пласт, присыпать мукой.



Сложить тесто в несколько раз.



Сложенное тесто нарезать полосками шириной 0,6–0,8 см.



Развернуть полоски по всей длине и сложить их гнездами. Дать немного подсохнуть. Так же приготовить пасту из остального теста.

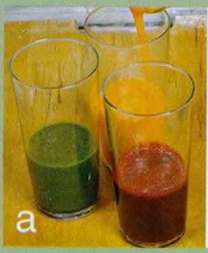
*** Для лазаньи тонкие пласты теста надо разрезать на прямоугольники, размер которых соответствует размерам вашей формы для запекания.**

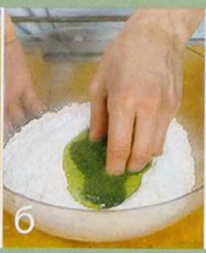
*** Для фарфале раскатанное тесто режут на квадраты со стороной 3–4 см, а затем каждый квадрат собирают в центре в бантик.**

*** Пасту домашнего приготовления можно завернуть в пищевую пленку и хранить в холодильнике до 1 недели, а в морозильной камере паста может храниться в течение 1–2 месяцев.**

ГОТОВИМ ЦВЕТНУЮ ПАСТУ

Свеклу и морковь тщательно вымыть и отварить в отдельных кастрюлях до готовности. Натереть по отдельности на мелкой терке или измельчить в блендере. Свеклу при необходимости отжать.*
Шпинат вымыть, сложить в сито и опустить на 2 мин в кипящую воду. Измельчить в блендере в пюре.





Муку просеять, добавить соль и яйца. Перемешать. Разделить массу на 3 части. В одну добавить 1 ст. л. свекольного пюре, во вторую – 1 ст. л. морковного, в третью – 1 ст. л. шпинатного.*



Вымесить и раскатать тесто так, как описано в базовом рецепте. Нарезать лентами или квадратами.

*** По консистенции овощное пюре должно напоминать густую сметану.**

*** Интенсивность цвета теста можно изменять, увеличивая или уменьшая количество овощного пюре.**

шпинатная лапша с креветками

ЧТО НУЖНО:

400 г	шпинатной лапши
500 г	креветок
1	луковица
2	зубчика чеснока
100 г	пармезана
4 ст. л.	оливкового масла

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
1 порция: 480,9 ккал
белки – 20,7 г, жиры – 12,7 г, углеводы – 70,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук и чеснок очистить и измельчить. Разогреть в сковороде масло, обжарить лук и чеснок. Добавить креветки, готовить 3 мин. Влить вино, выпарить.

2 В кастрюле вскипятить воду, выложить шпинатную лапшу, варить 5 мин. Откинуть на дуршлаг.

3 Добавить к креветкам лапшу. Влить сливки и проварить на слабом огне до загустения соуса. Посолить, поперчить.
Готовое блюдо посыпать сыром.




1


2


3

фузилли с йогуртом и ароматными травами

ЧТО НУЖНО:

400 г	фузилли
125 г	натурального йогурта
1	пучок петрушки
1	пучок базилика
2	веточки розмарина
1 ст. л.	коньяка
1	зубчик чеснока
1 ст. л.	тертого пармезана
4 ст. л.	оливкового масла
0,5	красного острого перца
	соль по вкусу

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 4
1 порция: 504 ккал
белки – 12,6 г, **жиры** – 18,2 г, **углеводы** – 72,4 г

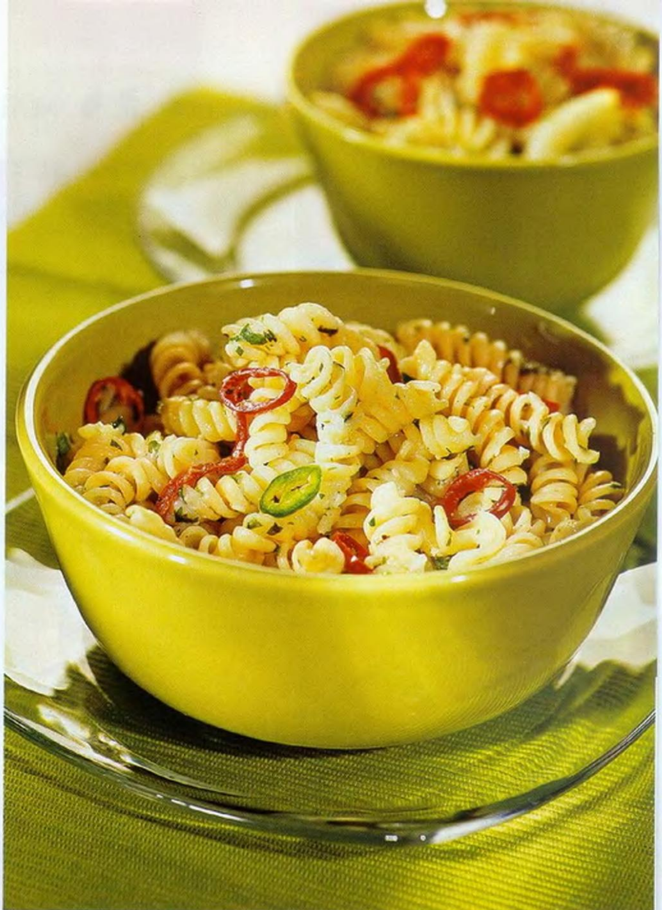
ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В кастрюле вскипятить воду, подсолить. Отварить фузилли «на зубок». Слить воду, добавить в пасту 1 ст. л. оливкового масла. Перемешать и остудить.

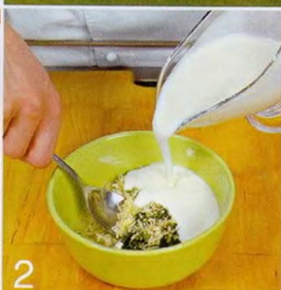
2 Перец нарезать кольцами. Травы вымыть и обсушить. Чеснок очистить. Измельчить зелень вместе с чесноком. Добавить коньяк, йогурт, пармезан и оставшееся масло.

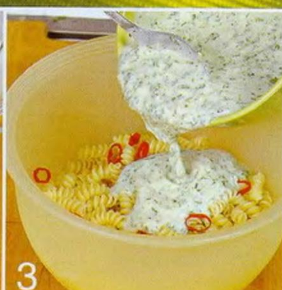
3 Смешать пасту с соусом. Сверху посыпать колечками красного перца.













равиоли со свеклой



ЧТО НУЖНО:

Для теста:

400 г муки
3 яйца
щепотка соли
2 ст. л. воды

Для начинки:

1 свекла
100 г рикотты
100 г тертого пармезана
1 яйцо для смазки
щепотка мускатного ореха
соль, перец по вкусу

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 4
1 порция: 523 ккал
белки – 25,7 г, жиры – 15,3 г, углеводы – 70,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 **Приготовить начинку.** Свеклу тщательно вымыть, отварить или запечь в духовке до мягкости, натереть на крупной терке.

2 Переложить свеклу в мелкое сито и отжать, с силой прижимая ее ложкой.

3 Смешать отжатую свеклу с рикоттой, тертым пармезаном и яйцом. Добавить соль, перец и мускатный орех. Тщательно перемешать.

*** Итальянскую рикотту можно заменить творогом домашнего приготовления, который продают на рынках. Лучше покупать более плотный творог, в нем меньше влаги.**

4 Муку просеять, добавить яйца и воду. Вымесить мягкое тесто.
На присыпанной мукой поверхности раскатать тесто в 2 тонких пласта.

5 На один пласт выложить по 1 ст. л. начинки на расстоянии 3–3,5 см друг от друга. Слегка взбить яйцо и смазать им, с помощью тонкой кисточки, тесто – места будущей склейки.
Накрыть вторым слоем теста, прижать места, не занятые начинкой.

6 Разрезать тесто на квадраты.

*** Удобнее всего это делать с помощью специального ножа в виде колесика, но подойдет и обычный нож с зубчатым лезвием.**

В широкой кастрюле вскипятить слегка подсоленную воду. Положить равиоли и варить, пока они не всплывут. Шумовкой переложить их на блюдо.

Подавать со сметаной или соусами для пасты.

хрустящие равиоли с грушами

ЧТО НУЖНО:

Для теста:

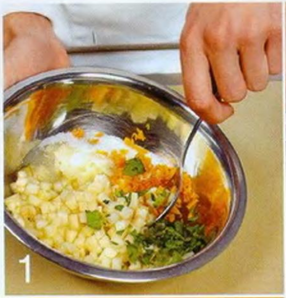
- **400 г** муки
- **3** яйца
- **2 ст. л.** воды
- щепотка соли
- оливковое масло для обжаривания

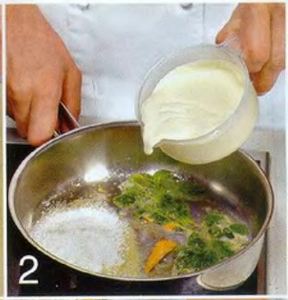
Для начинки:

- **2** большие груши
- цедра 1 апельсина
- **6** веточек мяты

Для соуса:

- **200 мл** сливок
- **0,5** стакана сахара







Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4
1 порция: 679,4 ккал
белки – 15,7 г, жиры – 23,4 г, углеводы – 101,5 г



ЧТО ДЕЛАТЬ:

Приготовить тесто так, как описано в предыдущем рецепте.

1 Груши очистить, разрезать пополам, удалить сердцевину и нарезать кубиками. Мяту измельчить. Половину цедры натереть на терке, оставшуюся нарезать кусками. Смешать в миске груши, натертую цедру и половину мяты.

2 **Приготовить соус.** В сотейнике смешать сахар, оставшуюся цедру, мяту и сливки. Постоянно помешивая, довести до кипения. Снять с огня, дать немного остыть и протереть через сито.

3 Раскатать тесто в 2 тонких пласта. Разложить начинку, накрыть вторым пластом и разрезать на квадраты.
В сковороде разогреть оливковое масло. Обжарить равиоли, по 1,5 мин. с каждой стороны.
Подавать с соусом.

пенне с миндалем и сельдереем

ЧТО НУЖНО:

400 г пенне
100 г очищенного миндаля
100 г эмментальского сыра
2 черешка сельдерея
1 луковица
1 лимон
4 ст. л. майонеза
1 ч. л. горчицы
1 ст. л. оливкового масла
0,5 пучка зеленого лука
соль, перец по вкусу

Время приготовления: 20 мин.
Порций: 4
1 порция: 642 ккал
белки – 21,8 г, жиры – 27,8 г, углеводы – 76,1 г

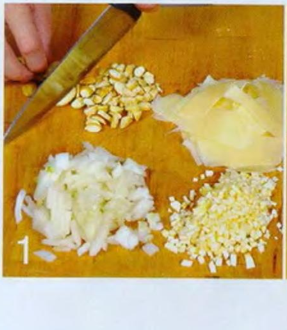
ЧТО ДЕЛАТЬ:

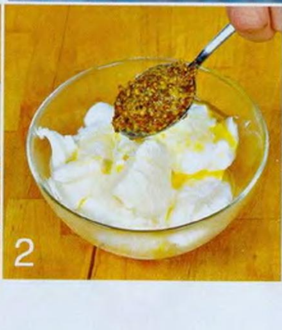
1 Черешки сельдерея очистить от верхнего слоя так, чтобы осталась только белая сердцевина. Лук вымыть, обсушить. Мелко нарезать сельдерей и лук. Миндаль крупно порубить ножом. Сыр нарезать тонкими полосками.

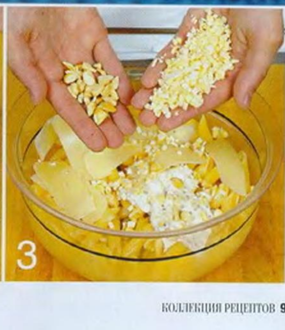
2 Смешать майонез, горчицу, лимонный сок и соль. Пенне отварить «на зубок». Слить воду, добавить оливковое масло, перемешать и остудить.

3 Пенне выложить в миску и полить майонезно-горчичным соусом. Добавить сельдерей, лук, миндаль и сыр, перемешать. Посолить, поперчить по вкусу.











спагетти под соусом болоньез



ЧТО НУЖНО:

Для теста:
400 г муки
3 яйца
2 ст. л. воды
щепотка соли

Для соуса:
1 ст. л. оливкового масла
25 г сливочного масла
2 зубчика чеснока
1 луковица
1 морковка
2 черешка сельдерея
85 г панчетты (итальянской сырокопченой ветчины)
250 г говядины
250 г свинины
400 г томатов в собственном соку
1 стакан молока
1 стакан сухого красного вина
тертый пармезан
зелень, соль, перец по вкусу

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 4
1 порция: 868,3 ккал
белки – 46,3 г, жиры – 38,3 г, углеводы – 84,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Яйца слегка взбить. Муку просеять в металлическую чашу **кухонной машины KENWOOD CHEF**. Добавить яйца, воду и соль. Вымесить гладкое эластичное тесто, используя **насадку для крутого теста**. Накрыть пленкой и дать постоять 30 мин.
С помощью **специальной насадки для пасты кухонной машины KENWOOD CHEF** сделать спагетти. Выложить их на присыпанную мукой поверхность и дать подсохнуть.

2 Говядину и свинину вымыть, нарезать кусками и пропустить через **мясорубку KENWOOD CHEF**.

3 Лук, морковь, чеснок и сельдерей очистить и измельчить.
Панчетту нарезать тонкими полосками. Разогреть в сковороде оливковое и сливочное масло. Обжарить овощи и панчетту, 8 мин. Добавить фарш, перемешать, разминая комки. Готовить 7 мин.
Влить молоко и готовить, пока молоко полностью не впитается в смесь, 10 мин.

4 Влить вино, выпаривать 5–7 мин. Добавить томаты вместе с соком, зелень, соль и перец. Готовить, разминая томаты ложкой, на медленном огне 15 мин.

5 В широкой кастрюле отварить спагетти «на зубок». Слить воду. Добавить оливковое масло, перемешать.

6 Выложить спагетти в сковороду с соусом. Прогреть и подать к столу, посыпав пармезаном.

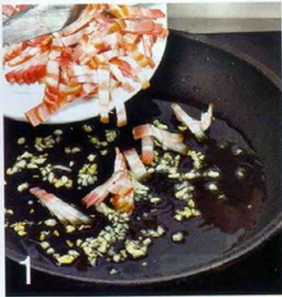
КСТАТИ

С помощью специальной насадки для раскатывания теста кухонной машины KENWOOD CHEF можно не только раскатывать тесто в пласт, но и регулировать его толщину.



спагетти под соусом карбонара

Время приготовления: 20 мин.
Порций: 4
1 порция: 1168 ккал
белки – 26,5 г, жиры – 86,7 г, углеводы – 70,5 г









ЧТО НУЖНО:

400 г	спагетти
2 ст. л.	оливкового масла
2	зубчика чеснока
350 г	сырокопченой ветчины или бекона
225 мл	сливок или сметаны
4	желтка
75 г	тертого пармезана
	соль, перец по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Чеснок очистить и измельчить. Разогреть в сковороде оливковое масло, обжарить в нем чеснок, 1 мин. Добавить нарезанную полосками ветчину, готовить 3 мин.

2 Взбить сливки с желтками, добавить пармезан. Посолить, поперчить.

3 Отварить спагетти. Добавить в сковороду с ветчиной. Влить соус и на медленном огне готовить до загустения, 7–8 мин.

кончили («ракушки») с зеленым горошком

ЧТО НУЖНО:

- **400 г кончили («ракушек») Байсад**
- **400 г** консервированного зеленого горошка
- **200 г** ветчины
- **250 г** сметаны
- **1** луковица
- **50 г** сливочного масла
- щепотка тимьяна, соль, перец по вкусу

Время приготовления: 20 мин.
Порций: 4
1 порция: 727,7 ккал
белки – 26,0 г, жиры – 34,1 г, углеводы – 79,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук очистить и нашинковать. Ветчину нарезать небольшими кубиками. Разогреть в сковороде сливочное масло, обжарить в нем лук, 3 мин. Добавить зеленый горошек, тимьян и ветчину, готовить 3 мин. Влить сметану, перемешать. Уменьшить огонь до среднего и уваривать соус 10 мин.

2 «Ракушки» отварить в чуть подсоленной воде, откинуть на дуршлаг.

3 Добавить «ракушки» в соус, перемешать и прогреть до нужной температуры.



СПОНСОР РЕЦЕПТА

БАЙСАД



КСТАТИ

Обратите внимание, что на каждой пачке «Байсад» есть рецепт вкусного блюда. Каждый собравший 12 таких рецептов получит в подарок кулинарную книгу.



СПОНСОР РЕЦЕПТА

Barilla



лазанья



ЧТО НУЖНО:

12 **листов лазаньи Barilla La Collezione**
1 ст. л. оливкового масла
1 луковица
1 зубчик чеснока
450 г бескостной говядины
3 ст. л. сухого белого вина
1 ч. л. сухого орегано
1 ч. л. сухого тимьяна
150 г томатов в собственном соку
2 ст. л. тертого пармезана
соль, перец по вкусу

Для белого соуса:

50 г сливочного масла
0,5 ч. л. муки
900 мл молока
2 ст. л. тертого пармезана
щепотка мускатного ореха
соль, перец по вкусу
соус Ricotta Barilla

Время приготовления: 1 час 20 мин.
Порций: 4
1 порция: 806,9 ккал
белки – 36,8 г, жиры – 45,6 г, углеводы – 62,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук и чеснок очистить и измельчить. Мясо пропустить через мясорубку. В сковороде разогреть масло, обжарить лук, 2 мин. Добавить фарш и чеснок, готовить 10 мин., время от времени помешивая. Посолить, поперчить.

2 Влить вино, готовить 2 мин. Добавить сухие травы и томаты. Перемешать, разминая томаты ложкой, и снять с огня. Накрыть крышкой и отставить.

3 **Приготовить белый соус.** Молоко разогреть. В кастрюле растопить сливочное масло, всыпать муку и готовить, помешивая, 2 мин. Постепенно влить горячее молоко, постоянно размешивая венчиком. Довести до кипения, уменьшить огонь и готовить, помешивая, пока соус не загустеет. Добавить пармезан, мускатный орех, соль, перец.

4 В широкой кастрюле вскипятить воду, подсолить. Рядом поставить миску с холодной водой. Листы лазаньи опускать в кипящую воду на 2–3 мин. и сразу же перекладывать в холодную.

5 Разогреть духовку до 190 °С. В форму для запекания уложить слой листов лазаньи, затем часть фарша и часть белого соуса. Снова положить листы лазаньи, фарш, соус. Продолжать укладывать таким образом, пока не закончатся все ингредиенты. Верхний слой должен быть из листов лазаньи. Присыпать пармезаном. Поставить в духовку и запекать 35 мин.

6 **Соус Ricotta Barilla** разогреть в сотейнике, не доводя до кипения. Готовую лазанью разрезать на куски.

Подавать с соусом.

КСТАТИ

Соус Ricotta Barilla готовят из свежих помидоров, орехов кешью, сыров грана падана и пикорино романо, оливкового масла и сухих итальянских трав. Он идеально подходит не только для приготовления лазаньи, но и для других блюд из пасты.





каннеллони с цыпленком и ветчиной



ЧТО НУЖНО:

1	вареная куриная грудка
400 г	ветчины
2	луковицы
100 г	шампиньонов
3 ст. л.	сливочного масла
6 ст. л.	муки
500 мл	молока
150 г	тертого пармезана
8	листов лазаньи
	соль, перец по вкусу

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 4
1 порция: 578,7 ккал
белки – 24,9 г, жиры – 35,7 г, углеводы – 39,4 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Лук очистить и измельчить. Грибы вымыть и нарезать небольшими кусочками. Куриную грудку и ветчину нарезать кубиками. Растопить в сковороде 1 ст. л. сливочного масла, обжарить в нем лук и грибы, 4 мин. Добавить курицу и ветчину, готовить еще 3 мин. Снять с огня, посолить, поперчить по вкусу.

2 В сотейнике растопить оставшееся сливочное масло, добавить муку и готовить, интенсивно размешивая, пока смесь не станет абсолютно однородной, 2 мин.

3 Постепенно, продолжая размешивать, вливать теплое молоко. Довести до кипения. Посолить, поперчить по вкусу. Уменьшить огонь и проварить соус еще 3–4 мин.

4 Добавить в фарш половину соуса и половину тертого пармезана. Перемешать.

5 Листы лазаньи подготовить так же, как в предыдущем рецепте. Выложить на них равными порциями начинку и свернуть трубочками.

6 Разогреть духовку до 240 °C. Уложить трубочки в форму для запекания. Полить оставшимся соусом и посыпать пармезаном. Запекать 7 мин.



СПОНСОР РЕЦЕПТА

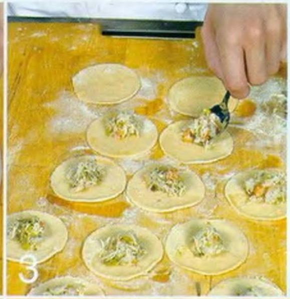
Barilla

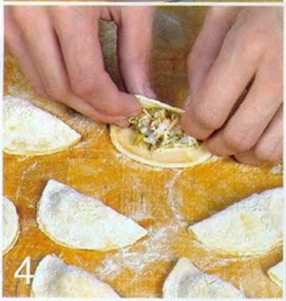


тортеллини с креветками и оливками











КСТАТИ

*** Приготовление тортеллини требует и труда, и времени. Компания Barilla выпускает уже готовый продукт с самыми разными начинками. Нужно только положить тортеллини в кипящую воду и через 12 мин. подавать их к столу.**

*** В состав соуса Zucchini&Aubergine Barilla входят мякоть помидоров, кабачков и баклажанов, оливковое масло и итальянские травы.**



ЧТО НУЖНО:

Для тортеллини:

400 г	муки
3	яйца
2 ст. л.	оливкового масла
	щепотка соли
250 г	вареных креветок
150 г	оливок без косточек
100 г	сыра фонтина
0,5 ч. л.	сушеного тимьяна

Для соуса:

4 ст. л.	оливкового масла
2 ч. л.	сливочного масла
3	зубчика чеснока
0,5	цукини
10	томатов черри
1	пучок зеленого лука
1	банка соуса **Zucchini&Aubergine Barilla**

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 6
1 порция: 562,4 ккал
белки – 22,2 г, жиры – 30,4 г, углеводы – 50,0 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

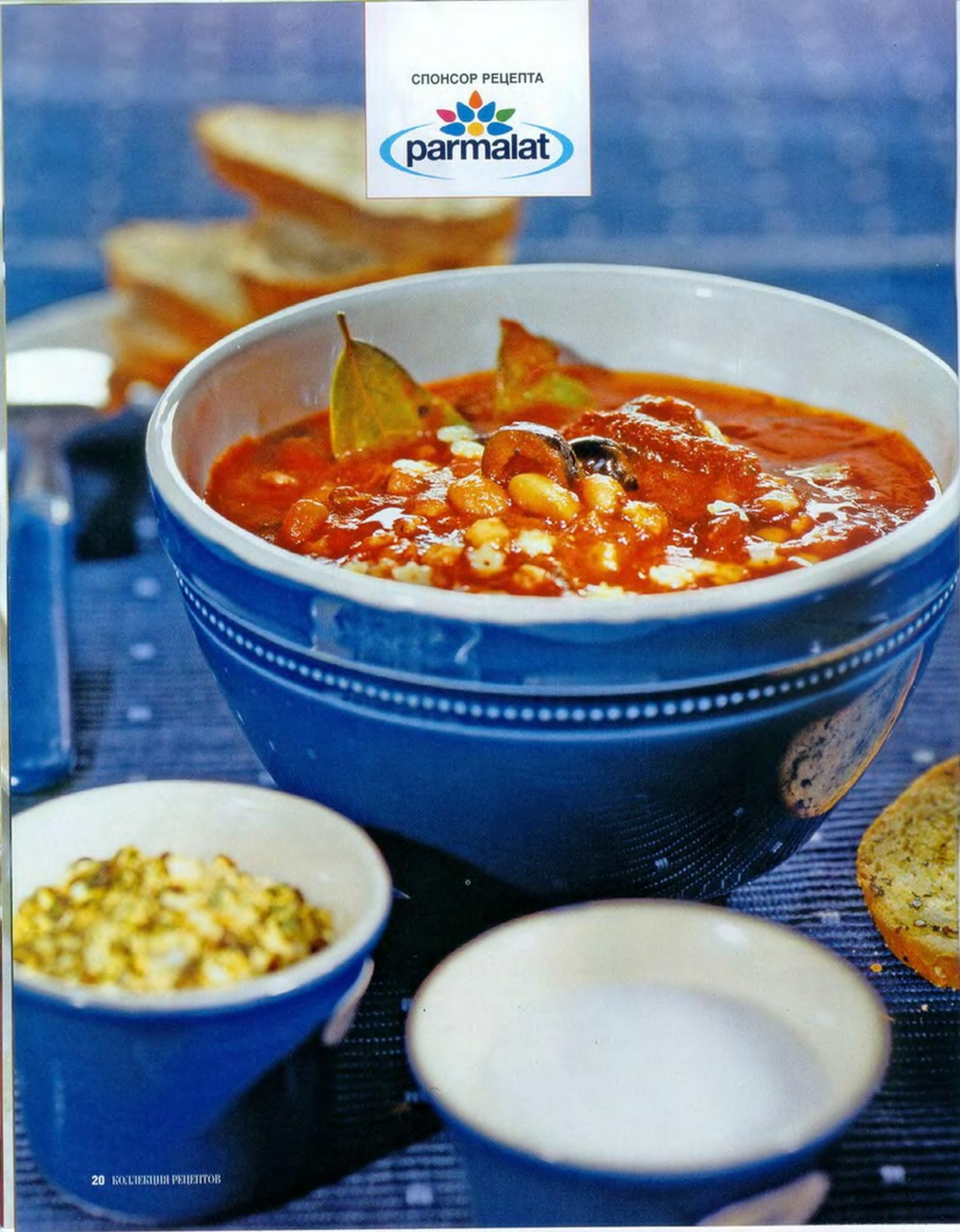
1 Муку просеять. Добавить яйца, оливковое масло, соль и замесить тесто. Вымешивать, пока тесто не станет гладким и эластичным и не перестанет прилипать к рукам. До раскатывания завернуть тесто в пленку.

2 Креветки и оливки мелко порубить. Сыр натереть на терке. Перемешать креветки с оливками и сыром, добавить тимьян.

3 Тесто раскатать в очень тонкий пласт. С помощью тонкостенного стакана или бокала для вина вырезать из теста кружки. В центр каждого положить по 1 ч. л. начинки.

4 Смазать края кружков водой или яйцом и сложить их так, чтобы получился полукруг.
Соединить противоположные концы каждого полукруга и закрепить их, слегка намочив водой и сильно прижав друг к другу.

5 В большой кастрюле вскипятить воду, слегка подсолить. Положить тортеллини и варить 10 мин.
Чеснок и цукини очистить. Чеснок измельчить, цукини нарезать полукольцами. Помидоры вымыть и разрезать пополам. Лук вымыть, обсушить и мелко нарезать. Разогреть в сковороде растительное масло, обжарить чеснок, 20 сек. Добавить цукини, помидоры и лук. Готовить 2 мин. Положить тортеллини, готовить 3 мин. Добавить сливочное масло, **соус Barilla**, перемешать и подать к столу.



тосканский суп с фасолью и макаронами



ЧТО НУЖНО:

1 кг	**протертых помидор Pomi**
4 ст. л.	**пасты Divella стеллине**
3 ст. л.	оливкового масла
400 г	фасоли черноглазки
4 ст. л.	вяленых томатов
4 ст. л.	маслин без косточек
4 ст. л.	мелконарезанных свежих трав (петрушка, тимьян, орегано)
	соль, перец по вкусу
4–8 кусков	белого хлеба
2 ст. л.	оливкового масла
2 зубчика	чеснока

Время приготовления: 2 часа 30 мин.
Порций: 4
1 порция: 850,7 ккал
белки – 36,7 г, жиры – 28,0 г, углеводы – 112,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Фасоль промыть, выложить в широкую кастрюлю, залить водой и быстро довести до кипения. Уменьшить огонь до среднего и варить 1 час 30 мин. Откинуть фасоль на дуршлаг.

*** Если вы используете другой сорт фасоли, то ее надо предварительно замочить минимум на 4 часа.**

2 Протертые помидоры перелить в кастрюлю и прогреть на среднем огне, не доводя до кипения.

3 Добавить фасоль, размешать и варить 10 мин.

*** В этом рецепте можно использовать консервированную фасоль.**

4 Вяленые томаты откинуть на сито, дать стечь соусу. Нарезать томаты тонкими ломтиками, маслины – кружками. Добавить томаты и маслины в суп и готовить еще 2 мин. Добавить 2 ст. л. зелени, соль, перец.

5 Добавить стеллине. Перемешать, накрыть суп крышкой и готовить 10 мин.

6 **Сделать тосты.** Разогреть духовку до 180 °С. Противень накрыть фольгой. Уложить куски хлеба, сбрызнуть оливковым маслом и присыпать оставшейся зеленью и измельченным чесноком, чуть посолить. Поставить в духовку на 5–7 мин.

Суп разлить по тарелкам и подать с горячими тостами.

КСТАТИ

*** Стеллине Divella – настоящая итальянская паста в форме звездочек изготовлена из пшеницы твердых сортов. Идеальна для приготовления супов, салатов и запеканок.**
*** Протертые помидоры Pomi – натуральный продукт, приготовленный исключительно из свежих итальянских помидоров, собранных в июле-августе, когда плоды вобрали в себя всю силу жаркого итальянского солнца.**




СПОНСОР РЕЦЕПТА
De Cecco

гнезда из пасты с крабовым мясом



ЧТО НУЖНО:

500 г	**гнезд De Cecco**
100 г	крабового мяса
2	зубчика чеснока
4	помидора черри
0,5	пучка зеленого лука
200 мл	сливок
150 г	сыра чеддер
20 г	сливочного масла
2–3	веточки мяты
1	веточка базилика
	соль, перец по вкусу

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 4
1 порция: 713,3 ккал
белки – 27,2 г, жиры – 26,9 г, углеводы – 90,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Крабовое мясо разобрать на волокна, удалив хитиновые пластины.

2 Чеснок очистить и измельчить. Зеленый лук вымыть, обсушить и тонко нарезать. Помидоры черри вымыть и нарезать кубиками. Смешать в миске крабовое мясо, чеснок, зеленый лук и помидоры.

3 Сыр измельчить. В сотейнике разогреть сливки, добавить сыр. Перемешать до однородной массы. Варить соус 4 мин.

4 Зелень вымыть, обсушить и измельчить. Добавить в соус, перемешать и сразу снять с огня.

5 В сотейнике вскипятить небольшое количество воды, добавить сливочное масло. Выложить гнезда и готовить, по 2 мин. с каждой стороны. Шумовкой переложить в форму для запекания.

6 Разогреть духовку до 180 °С. В центр каждого гнезда положить начинку, полить соусом. Поставить в духовку и запекать 7 мин.

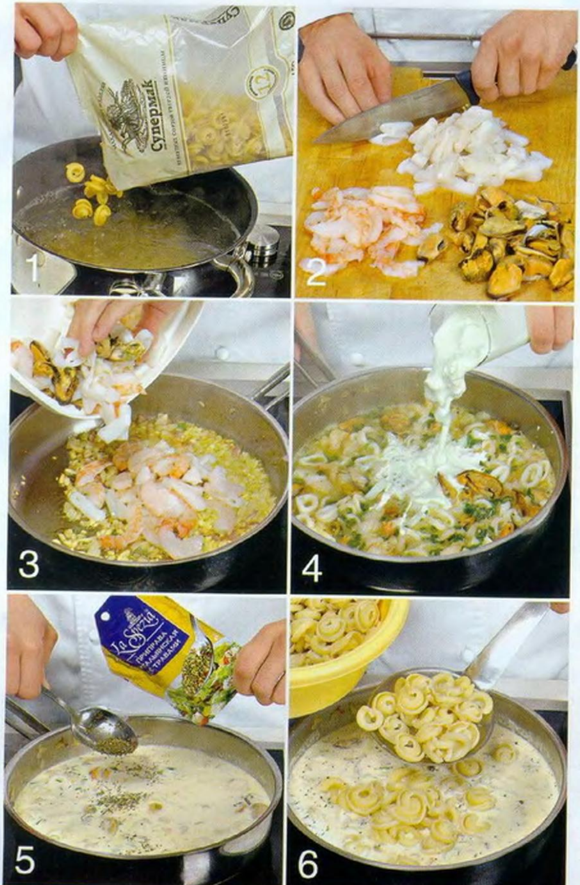
КСТАТИ

De Cecco производит муку из собственного зерна на своих собственных мельницах в Фара Сан Мартино (Италия). Для сохранения натурального аромата и вкуса свежая мука идет в производство пасты сразу после помола. Тесто вымешивается на холодной ключевой воде.





«ушки» с морепродуктами



ЧТО НУЖНО:

450 г	**пасты «ушки» Супермак**
1	луковица
2	зубчика чеснока
0,5	пучка зеленого лука
400 г	морепродуктов (креветки, кальмары, мидии)
0,5 ст. л.	**Приправы итальянской с травами La Spezia**
4 ст. л.	оливкового масла
100 мл	белого сухого вина
250 мл	сливок
75 г	тертого пармезана
1 ст. л.	морской соли

Время приготовления: 25 мин.
Порций: 4
1 порция: 774,2 ккал
белки – 35,9 г, жиры – 37,3 г, углеводы – 73,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В большой кастрюле вскипятить воду, добавить 1 ст. л. морской соли. Всыпать «ушки» и варить до полуготовности, 6 мин. Слить воду, добавить 2 ст. л. оливкового масла, перемешать, накрыть крышкой и оставить в теплом месте.

2 Лук и чеснок очистить и измельчить. Зеленый лук вымыть, обсушить и мелко нарезать. Морепродукты промыть теплой водой. Креветки разрезать вдоль пополам, кальмары – кольцами.

3 В большой сковороде разогреть оставшееся оливковое масло, обжарить лук и чеснок, 3 мин. Добавить морепродукты и готовить 4 мин.

4 Всыпать зелень, влить вино и выпаривать 2 мин. Добавить сливки, перемешать и готовить еще 2 мин.

5 Добавить **Приправу итальянскую с травами**. Проварить соус на среднем огне, 4 мин., время от времени помешивая.

6 В сковороду с соусом выложить подготовленную пасту, перемешать, накрыть крышкой и прогреть в течение 2–3 мин.

Отдельно подать тертый пармезан.

КСТАТИ

*** «Ушки» относятся к так называемой фигурной пасте. Они очень красиво смотрятся в салатах, супах и вторых блюдах с густым соусом. Компания «Русский продукт» производит их по классическим рецептам приготовления домашней итальянской пасты.**
*** В состав Приправы итальянской с травами La Spezia входят базилик, майоран, чабер, зелень петрушки, перечная мята, розмарин.**



СПОНСОР РЕЦЕПТА

Tupperware



макаронная запеканка



ЧТО НУЖНО:

400 г	макарон
1	кабачок
1	баклажан
2	пучка петрушки
200 г	творога
1	яйцо
100 г	сыра чеддер
2–3 ст. л.	растительного масла
	соль, перец по вкусу

Время приготовления: 45 мин.
Порций: 4
1 порция: 639,5 ккал
белки – 27,8 г, жиры – 22,9 г, углеводы – 80,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Кабачок и баклажан вымыть, обсушить и с помощью **ножа «От Шефа» Tupperware®** нарезать на **овальной доске Tupperware®** тонкими продольными пластинами.

2 Разогреть духовку до 190 °С. **Силиконовый коврик Tupperware®** смазать растительным маслом. Положить пластины кабачка и баклажана, с помощью **силиконовой кисточки** смазать их маслом. Поставить в духовку на 6 мин. Вынуть из духовки и отставить. Духовку не выключать.

3 В **ковше «От Шефа» Tupperware®** вскипятить подсоленную воду, положить макароны и отварить их до полуготовности. Отбросить на **двойной дуршлаг**. Выложить в **миску супер хит-парад 1,5 л**.

4 Петрушку вымыть, обсушить в **карусели Tupperware®** и измельчить. Смешать творог, петрушку, половину тертого сыра и яйцо. Посолить, поперчить. Тщательно перемешать.

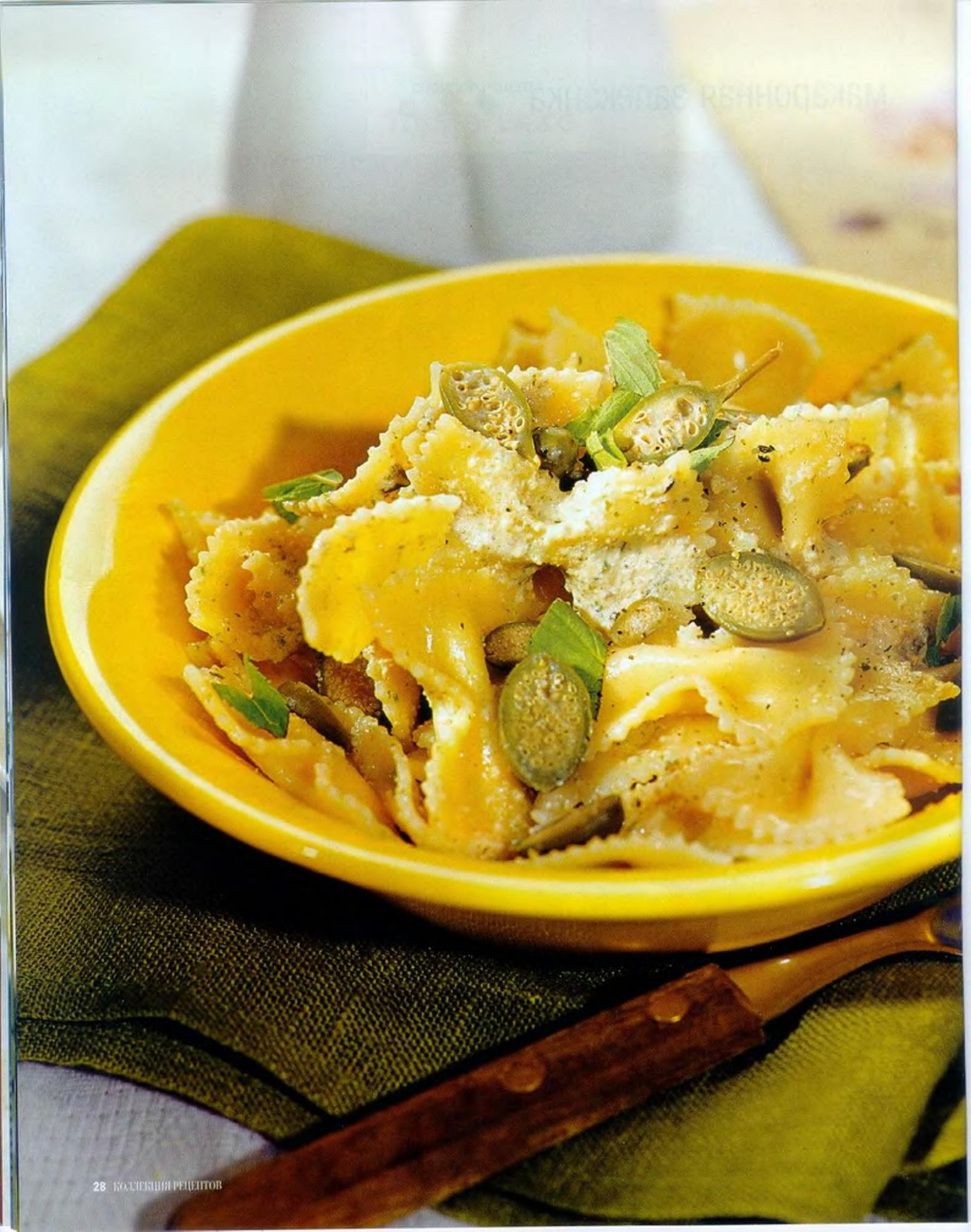
5 В **силиконовую форму Tupperware®** уложить одну треть макарон, затем одну треть творожно-сырной массы. Положить сверху половину пластин кабачка и баклажана. Выложить еще одну треть макарон и творожно-сырной массы, затем – оставшиеся овощи, макароны и творожную массу. Разровнять поверхность.

6 Поставить в духовку и запекать 30 мин. Вынуть запеканку из формы. Посыпать оставшимся сыром.

КСТАТИ

С помощью силиконовой формы от Tupperware® легко приготовить множество блюд. Она изготовлена из высококачественного силикона, который выдерживает температуру от –25 до +220 °С, поэтому в форме можно выпекать хлеб, кексы, готовить мороженое, паштеты, запеканки, желе, десерты и многое-многое другое!





фарфале с миндалем и мятой



ЧТО НУЖНО:

400 г фарфале
50 г очищенного миндаля
50 г очищенных грецких орехов
0,5 стакана молока
1 ст. л. каперсов
1 зубчик чеснока
горсть листьев мяты
1 ст. л. оливкового масла
соль, перец по вкусу

Время приготовления: 30 мин.
Порций: 4
1 порция: 369,3 ккал
белки – 13,4 г, жиры – 6,1 г, углеводы – 71,9

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Миндаль и грецкие орехи измельчить в блендере до состояния пюре.

2 Мяту вымыть, обсушить. Половину листьев очень мелко нарезать и перемешать с ореховой массой. Оставшиеся листья отложить. Каперсы промыть от рассола и крупно нарезать.

3 Разогреть в сковороде оливковое масло, положить очищенный зубчик чеснока и слегка обжарить.

4 Удалить чеснок и выложить в сковороду ореховую массу. Готовить 3 мин. на среднем огне, слегка помешивая. Влить молоко и готовить 10 мин. Масса должна уменьшиться примерно вдвое.

5 Добавить оставшиеся листья мяты и каперсы, посолить, поперчить.

6 В широкой кастрюле вскипятить воду, слегка подсолить. Отварить фарфале «на зубок», 8 мин. Отбросить на дуршлаг. Выложить в соус и прогреть, 2–3 мин.

КСТАТИ

Фарфале, или «бабочки», – квадратные кусочки пасты, собранные в центре в виде бантика. Их легко сделать из теста домашнего приготовления. Особенно красиво они будут выглядеть разноцветными.

Школа кулинарного мастерства журнала «Гастрономъ» открывает новый учебный сезон!

Школа кулинарного мастерства



Вам не придется ломать голову над тем, чем накормить ребенка. Вы научитесь готовить самые популярные у детей блюда на занятиях «Готовим для детей» и «Детский праздник», «Сбалансированное питание для детей от 1 года до 3 лет». Для маленьких кулинаров разработана тема «Готовим вместе с мамой» – каждый пришедший с ребенком платит только за взрослого. На занятиях «Худеем правильно», «Здоровое питание» и «Рецепты модных диет» вас научат правильно совмещать продукты, подбирать оптимальный режим питания для всей семьи, а диетологи составят вам индивидуальный рацион. Из 40 тематических программ слушатели могут выбрать то, что каждому по душе.

Темы в сентябре:

- Курс для начинающих, 1-я ступень
- Курс для начинающих, 2-я ступень
- Основы карвинга, декоративное оформление блюд
- Горячее из мяса и птицы
- Домашние обеды на каждый день
- Салаты и закуски
- Рецепты модных диет
- Худеем правильно: низкокалорийное меню
- Здоровое питание
- Готовим для детей
- Детский праздник
- Сбалансированное питание для детей от 1 года до 3 лет
- Занятие для детей: готовим вместе с мамой
- Домашняя грузинская кухня
- Быстрые рецепты
- Блюда из рыбы и морепродуктов
- Фуршет
- Японская кухня
- Китайская кухня
- Французская кухня NEW
- Итальянская кухня NEW
- Средиземноморская кухня



Александр Селезнев – признанный мастер кондитерского дела, лауреат многочисленных российских и международных профессиональных конкурсов. Он возглавляет собственный «Кондитерский дом», участвует в различных телепередачах, постоянно совершенствует профессиональные навыки в Париже.

Авторский курс Александра Селезнева – 15 сентября

Примите участие в конкурсе и выиграйте подарочный сертификат на обучение в Школе кулинарного мастерства. Подробности на сайте www.gastromag.ru

СТОКМАНН

Владельцам Карты постоянного покупателя «Стокманн» – скидка 20% на посещение занятий.

Стоимость занятий:

Курс «От простого к сложному» (4 занятия) – 5200 руб., одно занятие – 1700 руб.
Курс «Готовим для детей» (3 занятия) – 5600 руб., одно занятие – 2300 руб.
Тематические занятия – 2300 руб.
Этнические темы – 3500 руб.
Авторский курс Александра Селезнева – 3500 руб.

Информация о Школе на сайте **www.gastromag.ru** и по телефону **(495) 725-1070**





Дорогие читатели! Вы можете оформить подписку на наши журналы:

ШКОЛА ГАСТРОНОМА КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

• Стоимость подписки на 1 месяц журнала «Школа гастронома. Коллекция рецептов» – 60 руб.
Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц журнала «Школа гастронома. Коллекция рецептов» для Армении, Белоруссии, Узбекистана, Таджикистана, Эстонии, Украины – $3,00.
Для остальных стран – $6,00.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

• Стоимость подписки на 1 месяц журнала «Школа гастронома» – 60 руб.
Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц журнала «Школа гастронома» для Армении, Белоруссии, Узбекистана, Таджикистана, Эстонии, Украины – $3,00.
Для остальных стран – $6,00.

ГАСТРОНОМЪ
журнал для тех, кто ест

• Стоимость подписки на 1 месяц журнала «Гастрономъ» – 65 р.
Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц журнала «Гастрономъ» для Армении, Белоруссии, Узбекистана, Таджикистана, Эстонии, Украины – $2,80.
Для остальных стран – $7,70.

Ручная Работа

• Стоимость подписки на 1 месяц журнала «Ручная работа» – 50 руб.
Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц журнала «Ручная работа» для Армении, Белоруссии, Узбекистана, Таджикистана, Эстонии, Украины – $2,80.
Для остальных стран – $5,80.

садовник

• Стоимость подписки на 1 месяц журнала «Садовник» – 45 руб.
Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц журнала «Садовник» для Армении, Белоруссии, Узбекистана, Таджикистана, Эстонии, Украины – $2,00.
Для остальных стран – $5,00.

Для оформления редакционной подписки
1 • Заполните платежный документ и оплатите его через любое отделение Сбербанка.
2 • Разборчиво укажите фамилию, адрес (с почтовым индексом) и телефон подписчика.
3 • В графе «кол-во месяцев» напротив выбранного журнала(ов) укажите количество месяцев.
4 • В графе «сумма» укажите общую сумму за нужное количество журналов.
5 • Отправьте копию оплаченной квитанции по факсу: (495) 725-1070 (доб. 5048) или по адресу: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2, стр. 1.

** Отправка журналов осуществляется заказной бандеролью в течение трех дней с момента выхода журнала. Стоимость доставки включена в стоимость журнала.*
** В цену подписки не включена комиссия Сбербанка.*

Оформить редакционную подписку на наши журналы вы можете через наши сайты:
www.gastromag.ru; www.sadovnikmag.ru;
http://handmade.idvz.ru

Подписка для юридических лиц оформляется на основании заявки и своевременной оплаты выставленного счета. Оформить заявку вы можете через сайт www.gastromag.ru, e-mail: ekozlova@idvz.ru.

Подписка на журналы в других странах:
Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США.
Beneficiary: ZAO «Izdatelsky dom «Vkusnaya zhizn»
Acc. №40702840538040205252 With Sberbank Russia, Tverskoe otdelenie 7982, Moscow S.W.I.F.T. Code: SARRUMM
Address: Leningradskiy prospect, dom 30, 125040, Moscow, Russia
Correspondents (Nostro):
The Bank of New York, USA SWIFT Code: IRVTUS3N
Acc.890-0057-610
Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты.

Подписка на журналы в любом отделении связи или через подписные агентства:
• АПР. Объединенный каталог «Пресса России»
Подписные индексы:
Гастрономъ – 44140, 44141
Школа гастронома – 84584, 83273
Садовник – 46505, 20218, Ручная работа – 18131
• Роспечать. Каталог Агентства «Роспечать»
Подписные индексы:
Гастрономъ – 81150, 81158
Школа гастронома – 83316, 83273
Садовник – 46345, 20415, Ручная работа – 18091
• МАП. Каталог российской прессы ПОЧТА РОССИИ
Подписные индексы:
Гастрономъ – 12598, 99378
Школа гастронома – 12599, 11308
Садовник – 24324, 63427
Ручная работа – 24323
• Интер-Почта-2003, тел.: (495) 500-0060 (Москва), (495) 953-9262 (ближнее и дальнее зарубежье)
• Вся пресса, тел.: (495) 787-3445
• ИЧУП «РЭМ-Инфо»: каталог «Белпочта», г. Минск, тел.: (017) 291-9891
Подписной индекс:
Гастрономъ – 44141; Школа гастронома – 81158
Садовник – 46345
• Подписное агентство KSS, г. Киев, тел. (044) 270-6220, 270-6222, 464-0220
• Урал-Пресс, тел.: (495) 214-5162
г. Екатеринбург, тел.: (3432) 75-6274.

Извещение

ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
(наименование получателя платежа)
7743038046 № 40702810338040105252
(ИНН получателя платежа) (номер счета получателя платежа)
в Тверском ОСБ № 7982/0995 Сбербанка России
(наименование банка получателя платежа)
БИК 044525225 № 30101810400000000225
(номер кор.сч.банка получателя платежа)

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

(наименование платежа)
Сумма платежа ________ руб. ________ коп.
Сумма платы за услуги ________ руб. ________ коп.
Итого: ________ руб. ________ коп.

Кассир

Квитанция

ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
(наименование получателя платежа)
7743038046 № 40702810338040105252
(ИНН получателя платежа) (номер счета получателя платежа)
в Тверском ОСБ № 7982/0995 Сбербанка России
(наименование банка получателя платежа)
БИК 044525225 № 30101810400000000225
(номер кор.сч.банка получателя платежа)

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

(наименование платежа)
Сумма платежа ________ руб. ________ коп.
Сумма платы за услуги ________ руб. ________ коп.
Итого: ________ руб. ________ коп.

Кассир

читайте в следующем номере:

- жюльены
- грибная икра
- суп из лисичек
- суфле из белых грибов
- омлет с грибами
- грибной пирог
- соленые грибы
- маринованные грибы

следующий номер выйдет 25 сентября



ГДЕ КУПИТЬ

- **Паста «Байсад»**
гипермаркеты «Ашан», сеть супермаркетов «Пятерочка»
- **Пластины для приготовления лазаньи и тортиллини Barilla**
«Рамстор», «Седьмой континент», «Алые паруса», «Мосмарт», «Патэрсон», «Калинка-Стокманн», «Ашан», «Метро», «12 месяцев».
Эксклюзивный дистрибьютор – компания «Амерія»
тел.: (495) 225-7577, 981-9800, www.ameria.ru
- **Tupperware**
единая справочная, тел.: 8-800-200-6000, www.tupperware.ru
- **Kenwood**
«М.видео», «Техносила», «Эльдорадо», «Стокманн», ГУМ,
тел. для справок: (495) 250-6167, www.kenwood.su
- **Представительство компании Parmalat в России:**
ООО «Пармалат МК», ул. Докукина, 16, стр. 1,
тел.: (495) 961-2939, www.parmalat.ru
- **Черные спагетти Spigadoro**
сеть супермаркетов «Рамстор», «Самохвал», «Патэрсон»
ООО «Премьер»,
тел.: (495) 234-5345, 234-5346, 234-5347, 234-5348, 234-5349,
www.spigadoro.com
- **Итальянская паста De Cecco,**
крупные сети супермаркетов,
официальный дистрибьютор в России – компания «Мелфудс»,
тел.: (495)937-6911
- **Продукция компании «Русский продукт»**
фирменные магазины в Москве: ул. Пермская, владение 1;
ул. Выборгская, 22
- **Итальянские соусы для спагетти Bertolli**
«Седьмой континент», «Азбука вкуса», Billa, «Перекресток», «Патэрсон», «Рамстор».

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

« » 200__ г.
(подпись плательщика)

Информация о плательщике:

(Ф.И.О., адрес плательщика)

Контактный телефон

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

« » 200__ г.
(подпись плательщика)

Информация о плательщике:

(Ф.И.О., адрес плательщика)

Контактный телефон

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№01 (01), сентябрь 2006
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ЗАО «ИД «Вкусная жизнь»
125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1,
тел./факс: 725-1070,
e-mail: mail@idvz.ru
www.gastromag.ru

Председатель совета директоров Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина
шеф-редактор Андрей Захарин

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Лещенко
отв. секретарь Александр Стариков
руководитель фотослужбы Екатерина Овсепян
фотограф Вадим Жадько
дизайнеры-верстальщики Максим Новрузов, Ольга Пахтусова
редакторы Татьяна Зимогорова, Наталья Валуй, Александр Ильин
веб-редакторы Екатерина Гурова, Юлия Товбина
корректоры Галина Крикунова, Любовь Никифорова
повар-консультант Константин Жук

Исполнительный директор Ольга Ткалич

Директор по рекламе ЗАО «Вкусная жизнь» Марина Мамина
Отдел рекламы: Николай Акимов, Елена Матвеева, Жанна Русакова (заместитель директора), Анна Шувалова
тел.: 725-1071

Отдел маркетинга: Эльмира Нагаева (директор), Зоя Галишникова, Ксения Любимова
тел.: 725-1070

Распространение: Сергей Татаркин (директор), Андрей Телингатер (менеджер по Москве), Елена Царева, Наталья Симонова, Александр Шалимов (менеджеры по регионам)
тел.: 725-1070
факс: 725-1070, доб. 5048
Подписка: тел.: 792-5562

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев, Игорь Долманов, «Свет Компьютерс»
тел.: 795-0295

Предпечатная подготовка: Марианна Геннинг, Вера Давыдкина, Светлана Кузина, Екатерина Панюшкина (руководитель отдела)

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 105 500
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Министерстве Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Свидетельство о регистрации средства массовой информации №77-15924 от 07.07.2003 г.



Генеральный партнер
Tefal
Moulinex
Lagostina
KRUPS
1ER SALON DU CHOCOLAT
МОСКВА-MOSCOW
фуд шоу
гастрономический фестиваль
при поддержке
глобус гурмэ
1-3 декабря
Гостиный Двор
Москва
www.foodshow.ru
звезды готовят для вас • шоу • дегустации • подарки
Организаторы
журнал
ГАСТРОНОМЪ
ШЕФ
журнал
Официальный
технический партнер
Electrolux